

PLANNING SAISON SPORT 2026/2027

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Accès salle de Musculation	10h - 20h	8h30 - 20h00	14h00 - 20h00	9h30 - 20h00	8h30 - 12h30	Fermé
Cours collectif MATIN					9h - 10h YOGA SANTE NOV/MARS Céline	9h30 - 12h MARCHÉ Claire, Céline 
	10h30 - 11h30 PILATES Maëlys	10h - 11h CIRCUIT Justine		9h30 - 10h30 YOGA Céline		
				9h30 - 10h30 MARCHÉ AVRIL/JUIN Justine		
				11h - 12h YOGA Céline	11h15- 12h15 STRETCHING Nov/Mars Chantal	
Cours collectif APRES-MIDI			14h - 15h P'TITS SPORTIFS Justine			APA & Intensité faible Intensité moyenne Intensité élevé Stretching / Yoga Pilates  Activité plein air
	16h - 17h GYM SANTE Justine		14h - 15h MAM'S BODY SCULT Maëlys			
		17h - 18h RESPI-RELAX Nov/Mars Céline		17h - 18h CIRCUIT Maëlys / Vincent		
	18h - 19h PILATES PERFORMANCE Franck	18h30 - 19h30 YOGA Céline	18h - 19h RENFO - TRX Vincent	18h - 19h CROSS TRAINING Vincent	18h - 19h PILATES FONDATIONS Maëlys	
	19h - 20h PILATES PERFORMANCE Franck	19h - 20h CROSS TRAINING Vincent	19h - 20h PRÉPA DU COUREUR Vincent	19h - 20h TRX Vincent		